

དང་ནི། ས་མཐར་དམིགས་བསལ་ཤིང་ཐོབ་དཔེར། གནག་ཅིང་ཚོད་ཅིང་གཏིང་ཟབ་ཅིང། མཁུན་ཅིང་མཚར་ཅིང་བཀའ་སྒྲུལ་ཅིང། མཛེས་ཤིང་ཡིད་
འོང་བཀ་ཐེབས་ཤིང། ཉག་ཅེས་ཡོད་ཅེས་གྲུབ་ཅེས་ཐོས། བརྒྱན་ཅེས་ཟེར་དེ་ཅེས་ལོ་སྒྲུལ་དེ་ཅེས། སྤྱུ་འདུག་ཅེན་སྒྲ་མ་སྟེ། ཅི་མཛད་ཅེན་དབང་
བསྐྱར་རོ། སྤྱུ་ཐོབ་ཅེན་ལྷག་པོ་ཚོས། ཤོག་ཅིག་སྟོད་ཅིག་དཔལ་ལོབ་ཅིག། སྟོན་ཅིག་གྱུར་དེ་ཅིག་སྤྱུར་སྟོལ་དེ་ཅིག་གོ། ང་འུ་མ་ར་ལ་
དང། འདོགས་ཅན་རྒྱུད་པ་རྣམས་ལ་ནི། ཞིང་ཞེས་ཞེ་ན་ཞིག་ཐོབ་དཔེར། ངྲང་ཞིང་དགའ་ཞིང་རབ་སྒྲན་ཞིང། འཇམ་ཞིང་དར་ཞིང་ཕྱག་འཚལ་
ཞིང། བདེ་ཞིང་ཟུང་ཞིང་བྱུང་ཞེས་ཐོས། གདའ་ཞེས་བྲན་ཞེས་འདི་ཙམ་ཞེས། འགྱུར་ཞེས་འཁྲུལ་ཞེས་བསྐྱུ་ཞེས་ཟེར། མཁས་པ་ཞེས་བྱས་སྤྱུ་ཞེས་
བཤད། སྤྱུ་བྱུང་ཞེ་ན་ཉར་འབྲས་སྟེ། ཉུ་གདའ་ཞེ་ན་མང་པོའོ། སྤྱུ་ཡིན་ཞེ་ན་རྒྱལ་པོའི་སྟེ། བྲིམས་ཀྱིས་དབེན་ནམ་ཞེ་ན་དབེན། ཅི་བསྐྱོར་ཞེ་ན་རྒྱལ་
ཁམས་ཏེ། གདའ་འཚལ་ཞེ་ན་ལོ་མ་པོའོ། ཅི་བཀྱི་ཞེ་ན་སྟེལ་བ་སྟེ། སྤྱུ་ཞེ་ན་སྤྱུ་འཚོང་ལོའོ། ཅུང་ཞིག་འགའ་ཞིག་གཞན་ཞིག་ཏུ། ལམ་ཞིག་སྤྱོར་
ཞིག་ངལ་ཞིག་གསོ། རེ་ཞིག་འདུག་ནས་ཉ་ཞིག་ཉོའོ། ས་མཐར་དམིགས་བསལ་ཞེས་མ་གཏོགས། ཤིང་ཤིག་ཤེ་ན་ཐོབ་སྟེ་དཔེར། མཛེས་ཞེས་ཐོས་
ཤིང་ལྟོས་ཤིག་བྱས། རྟེ་ཅིས་ཤེ་ན་འདོད་གཏུང་གིས་སོ། ག་ད་བ་ས་ན་མར་པ། ང་འ་ར་ལ་འདོགས་ཅན་དང། རྒྱུང་མཐར་པ་བ་ཅི་རིགས་ཏེ། གྲོག་པ་
བཤད་པ་ལེགས་སྟོབ་པ། ཤེས་པ་འཛིན་པ་དོན་བསམ་པ། ཁང་པ་གང་བ་མདའ་པ་དང། མཛེང་བ་གྱུར་པ་རབ་འབར་བ། འཁྲུལ་པ་གྲོལ་བ་དོན་བསྐྱུ་
བ། ཞི་བ་ཚ་བ་ལྟ་བུའོ། གཞན་ཡང་དབྱིད་ཀ་ཐད་ཀ་དང། མོན་ཁ་སེར་ཁ་རལ་ཁ་དང། མཐིང་ག་སྟིང་ག་གཏུང་མ་དང། ལྟ་མོ་སྟོན་མོ་སྟག་མོ་
སོགས། བཛྲུང་བདེ་འབྲེན་པ་ཤིན་ཏུ་མང། ཅི་ཇི་སྤྱུ་གང་སྤྱི་སྤྱུ་སྟེ། ཅི་ནི་ཅི་ཞིག་ཅི་སྟེ་དང། ཅི་སྤྱུ་ཅི་འབྲེ་ཅི་ཕྱིར་རོ། བྱོད་ཀྱི་གྲོགས་དེ་བདག་ཡིན་
ཀྱི། ངའི་གོས་མཁས་པའི་ཡོན་ལྷར་རོ། རྟེ་བྲག་ཡོད་དང་མེད་པའང། འདས་དང་མ་འོངས་དབྱེ་བས་ཤེས། རྟེ་ཡིག་དངོས་ཉིད་ཕྱི་དུས་འདིར། འབྲི་
སྟོལ་མེད་ཀྱང་དོན་ཐོབ་ངེས། ལྷག་པའི་དོན་མང་མིང་མཚམས་དང། རོན་འབྲིང་འབྲེད་དང་དོན་ཉུང་རྫོགས། ཚིགས་བཅད་མཐའ་མར་ཆིག་ཤད་
བ། རྫོགས་ཆིག་མཐའ་ཅན་ལྷག་པ་དང། ཚིགས་བཅད་རྒྱུད་མཐར་ཉིས་ཤད་ཐོབ། རོན་ཚན་ཆེན་པོ་རྫོགས་པ་དང། ལེ་འུའི་མཚམས་སྤྱུ་བཞི་ཤད་
དགོས། ང་ཡིག་མ་གཏོགས་ཤད་གོང་དུ། ཆིག་མེད་འོན་ཀྱང་འགའ་ཞིག་གིས། ཚིགས་བཅད་དུས་སྤྱུ་ཆིག་ཤད་དེ། ང་མཐར་ཤད་གོང་ཆིག་གཉིས་
རེ། འབྲི་བའི་ལག་རྒྱན་དག་ཀྱང་སྤྱང། །

དེ་ལྟར་དག་ཐོབ་སྤྱི་ཡི་ཆིངས། གལ་ཆེར་གས་བསྐྱུས་ཙམ་བཤད་ནས། རྟེ་ཉི་འབྲེ་ལམ་སྤྱུ་པ་ཡི། ཆིག་སྤྱུ་ཉིད་བྱེ་བ་ཅུང་ཟད་འགྲེལ། རྒྱལ་བའི་བཀའ་
ནི་བ་བཀའ་ཡིན། ངལ་བའི་དཀའ་བ་ད་དཀའ་ལ། རོ་སྐ་བ་ནི་ས་སྐའོ། རི་དྲགས་ཆོ་བ་ར་ཆོ་ཡིན། ཁང་པའི་སྒོ་ནི་ས་སྒོ་ལ། གོས་བགོ་བ་ནི་བ་བགོ་
སྟེ། བཀའ་བསྒོ་བ་འོག་ས་བསྒོའོ། ལྷ་ཆོད་རྒྱས་པ་ར་རྒྱ་ཡིན། ཉུ་ཡི་སྐ་ནི་ས་སྐ་ལ། ཡིད་དགའ་བ་ནི་ད་དགའ་སྟེ། སྒྲན་གྱི་སྐ་ནི་ལ་སྐའོ། བཞོན་
པའི་རྟ་ནི་ར་རྟ་ཡིན། ལྟ་བུར་སྤྱུ་ནི་ས་སྤྱུ་ལ། ལྟ་སྤྱུངས་ལྟ་གྲུབ་ལ་ལྟ་སྟེ། མིག་གིས་བལྟ་བ་བ་ལ་བལྟའོ། ཉུས་ཀྱི་ལྟ་བ་ས་སྤྱུ་ཡིན། ཁངས་ཀྱི་ལྟ་ནི་
ལ་ལྟ་ལ། བརྒྱུང་བའི་ར་ནི་ར་རྟེ། ཞེ་སའི་མངའ་ནི་མ་མངའ་འོ། ཉེ་དུའི་གཉེན་ནི་ག་གཉེན་ཡིན། ། ས་བདག་གཉན་ལ་འགྲེང་བུ་མེད། རེག་བྱ་

མཉེན་པ་མ་མཉེན་ཏེ། བསྟེན་བསྐྱར་བ་འོག་ས་བསྟེན་ནོ། ། ཐུགས་མཉེས་པ་ནི་མ་མཉེས་ལ། འདྲིས་བྱུང་བ་ཆེས་པ་བ་རའི་བཆེས། བཆེས་སྟོང་འབྲེང་
བྱ་མེད་པའོ། རྩ་བར་སྟན་པ་ས་སྟན་ཡིན། ཆོས་མཉམ་པ་ནི་མ་མཉམ་ལ། གཟུགས་བཆེན་བ་འོག་ར་བཆེན་ནོ། རོ་གཅིག་འབྲེས་པ་ད་འབྲེས་
ཡིན། རིགས་མཚུངས་འབྲེས་སྦྱར་ག་འབྲེས་ཏེ། ཞེ་འབྲེས་ལ་ནི་འབྲེང་བྱ་མེད། འད་ཐག་གཏར་ནི་ག་གཏར་ལ། བསྟར་ལ་བརྟུས་པ་བ་ས་
བསྟར། ཆས་གཟབ་པ་འད་དེ་བཞིན་ནོ། རྩལ་གི་གཏར་ནི་ག་གཏར་ཡིན། གདིང་བའི་སྟན་ནི་ས་སྟན་ལ། འམ་ཆོས་བསྟན་པ་བ་ས་བསྟན། མི་འབྱུར་
བཟན་པ་བ་ར་བཟན་ནོ། ཡོད་མེད་གདའ་ནི་ག་གདའ་ཡིན། ཞིམ་པའི་བདའ་ནི་བ་བདའ་ལ། སྟོན་པའི་བདའ་ནི་བ་ར་བདའོ། མེད་པའི་སྐལ་ནི་ལ་སྐལ་
ཡིན། སྐལ་ལྷན་སྐལ་ཐོབ་ས་སྐལ་ཏེ། འུས་ཀྱི་བསྐལ་པ་བ་སའི་བསྐལ་ལོ། འི་ཡི་བདུག་པ་བ་བདུག་ཡིན། འདབ་པའི་གཏུགས་ནི་ག་གཏུགས་
ལ། མ་རུང་གཏུག་ལ་ཡང་འཇུག་མེད། རུས་པ་རུགས་པ་ར་རུགས་ཏེ། ཉོན་མོངས་སྟག་བསྐལ་ས་སྟག་གོ། ཆོགས་པའི་ག་ནི་ག་ག་ཡིན། ཆོམ་པའི་
བ་གཏུབ་ད་བ་ལ། བཅས་སྟོར་སེར་སྟོབ་བ་བ་སྟེ། སྟོག་ཆགས་བ་བའད་དེ་དང་འབྲེའོ། མི་གཙང་གཅིན་ནི་ག་གཅིན་ཡིན། འབྱར་བྱེད་ས་ལ་བ་བཏགས་
སྟེན་ནོ། སྟོ་ཡིས་དཔུད་ནི་ད་དཔུད་ཡིན། བྱ་སྟུང་ས་ལ་བ་བཏགས་སྟུང། འུས་བྱར་བཅད་པ་བ་བཅད་དོ། རྩལ་ཐ་རྒྱལ་ས་ར་ཐ་ཡིན། མི་མཛོན་སྟུས་
པ་ས་སྟུས་ལ། མགུལ་གྱི་ཐུབ་པ་ལ་ཐུབོ། འདབ་པའི་མིག་ནི་མིག་རྒྱུང་ཡིན། ཡིད་ཀྱི་དམིགས་པ་ད་དམིགས་པ། འུད་འགྲོའི་མིག་པ་ར་མིག་གོ། སྟང་བའི་
དག་ནི་ད་དག་ཡིན། སྟན་པའི་སྟོན་ནི་ས་སྟོན་ལ། འབྱུང་སྟོན་ས་ལ་བ་བཏགས་སྟོནོ། བྱགས་ཆལ་དགའ་ཆལ་ཆལ་རྒྱུང་ཡིན། རྩལ་འཆལ་ཞེ་ས་འའཆལ་
ལ། ཆོན་གྱི་མཆལ་ནི་མ་མཆལ་ལོ། བརྟུང་བའི་ཆང་ནི་ཆང་རྒྱུང་ཡིན། འཛིན་པའི་འཆང་ནི་འའཆང་ལ། ཐུར་བྱ་འཕྱང་བ་པ་འཕྱང་དོ། ཡམ་ལག་མགོ་
ནི་མ་མགོ་སྟེ། ཐོག་མའམ་འཕེལ་བ་འའགོའོ། རྩེ་བཅུན་རྩེ་པོ་ར་རྩེ་ལ། སྟེས་པའི་པོ་མཚན་མ་མཛེའོ། མགྱིན་པའི་ཞེ་ས་མ་མགུལ་ཏེ། གཡོ་བའི་
འགུལ་ནི་འའགུལ་ལོ། འག་གི་གསུང་ནི་ག་གསུང་ལ། སྟུང་སྟོབ་ས་ལ་ར་བཏགས་སྟུང། ཡན་པའི་བྲིན་ནི་ད་བྲིན་ཏེ། ཉོ་ཆོང་སྟེན་པ་བ་བྲིན་ནོ། སྟན་
པའི་གསུང་པ་ག་གསུང་ལ། རི་དོའི་བྲག་ནི་བ་བྲག་སྟེ། ཆར་གཙོད་བྲག་ནི་ད་བྲག་གོ། རིན་ཆེན་དཔུལ་ནི་ད་དཔུལ་ཏེ། ལུས་ཀྱི་རྩལ་རྩུ་ར་རྩལ་
ལོ། སྟུར་བ་འདེབས་པ་ས་སྟུར་ཏེ། བསྟོད་བསྟུགས་བཀུར་སྟོབ་པ་འཕུལ་བཀུར་རོ། འད་པའི་སྟོན་ནི་ས་སྟོན་ཡིན། མིག་གིས་མཐོང་བ་མ་མཛོན་
ལ། རི་དྲགས་གསོད་པ་ར་ཐོན་ནོ། ཉམས་སྦྱང་ཉམས་དགའ་ཉམས་གཞིག་འདྲ། ཉམ་ཐག་ཉམ་ལ་ཡང་འཇུག་མེད། མང་བའི་སྟོན་ནི་ས་སྟེད་
དེ། གསར་བྱ་རྟེན་པ་ར་རྟེན་དོ། ཁ་ཡི་བྱེ་ནི་ལ་བྱེ་ལ། ཁ་ཅའི་ཅེ་ནི་ཅེ་རྒྱུང་དོ། བཅས་བྱུང་སྟོ་གོས་བ་སྟོ་སྟེ། འག་ཡི་སྟོ་བ་ག་སྟོའོ། འད་ཐོལ་མཐལ་
མ་མ་མཐལ་ལ། འགེལ་བའི་ཐལ་མ་ཐལ་རྒྱུང་དོ། འོན་ཏྲོགས་གོ་བ་ར་ཏྲོགས་ཡིན། རྩམ་པར་ཏྲོག་ལ་ཡང་འཇུག་མེད། འོངས་སུ་གཏོགས་པ་ག་
གཏོགས་ལ། བཀེས་པའི་ལྟོག་ནི་ལ་ལྟོག་གོ། འོག་ཏུ་གཞོན་པ་ག་གཞོན་ཡིན། མང་བྱ་གཏོང་བ་ས་སྟོན་ནོ། མཚོན་ཆ་རྩོད་པ་ར་རྩོད་སྟེ། བསམ་མཚོ་
གཞིག་པ་མ་མཚོའོ། ལུས་ཀྱི་དཔྱི་ནི་ད་དཔྱི་ལ། ཐུན་མོང་སྟེ་བྱུང་ས་སྟེའོ། སྟོང་ཉིད་གཏུག་མ་ག་གཏུག་སྟེ། སྟེས་པའི་མདའ་སྟུགས་སྟུག་གོ། གཞན་
སྟོག་གཙོད་པ་ག་གསོད་དེ། འགེ་བའི་བསོད་ནམས་བ་བསོད་དོ། གཉིད་བྱ་མནལ་བ་མ་མནལ་ཡིན། སྟུམ་བྱའི་སྟུམ་མ་ས་སྟུམ་ལ། རྩལ་འབྱོར་རྩལ་

ནི་ར་ནལ་ལོ། ཀ་བ་དང་ག་ཏུ་རྒྱུ་སྟེ། བྱུང་མེད་མོ་མཚན་ས་སྟེ། ལྷགས་བདེ་འོ་རྒྱུ་ཞི་ར་རྒྱུ་ལ། ཀ་ད་མོ་བགད་པ་ད་དགོད་དེ། ཚེས་བྱུང་གོད་
པའད་དེ་དང་འདྲ། འོད་གསལ་བ་ནི་ག་གསལ་ལ། དམིགས་ཀྱིས་གསལ་བའད་དེ་བཞིན་ཏེ། སྦྱོན་བསལ་བ་ནི་བ་བསལ་ལོ། བསལ་ལ་བྲན་པ་ད་བྲན་
ལ། ཀ་ལོག་གི་བྲན་ནི་བ་བྲན་ནོ། ཀ་ཞན་ལ་དེག་པ་ར་རྒྱུ་སྟེ། ཁང་པའི་གཏུང་མ་ག་གཏུང་རོ། ལོག་འབྲེན་བཏུད་ནི་བ་བཏུད་ལ། དབང་ཏུ་སྦྱད་པ་
ས་སྦྱད་དོ། བཟང་བྲན་མཉམ་པ་མ་མཉམ་སྟེ། ཡིན་ནམ་སྦྱམ་པ་ས་སྦྱམ་མོ། བྲད་ཀ་བྲད་བྲད་བྲད་རྒྱུ་ལ། བྱ་བ་འབྲད་འོས་འ་འབྲད་དོ། ཀ་ཞོད་པས་
གཙེ་བ་ག་གཙེ་ཡིན། རྩེད་མོ་རྩེ་བ་ར་རྩེ་ལ། སྦྱིང་བརྩེ་བ་འོག་ར་བརྩེ་ལོ། བྲོད་གཏུག་གཏོང་གཏུག་ག་གཏུག་ལ། མི་གཙང་རྒྱག་པ་ར་རྒྱག་གོ། ཀ་ཞན་
ལ་སྦྱེར་བ་ས་སྦྱེར་ལ། མི་བྲད་གཏོར་ནི་ག་གཏོར་རོ། སྦྱུན་པའི་སྦྱག་ནི་ས་སྦྱག་ལ། ཀ་ལྷལ་གྱི་དམག་དཔུང་ད་དམག་གོ། ཀ་ཅན་གཟན་སྦྱག་ནི་ས་
སྦྱག་ཡིན། མི་འགྱུར་རྒྱག་པ་ར་རྒྱག་ལ། བྱེ་མར་འབྲག་པ་བ་བཏགས་ཏེ། བཏག་དཔུད་བ་འོག་ར་བཏག་གོ། རོན་ལས་མི་འདའ་འ་འདའ་ཡིན། རྩ་
བྲན་འདའ་བའད་དེ་བཞིན་ལ། ལྷང་པའི་ཕུ་མདའ་མ་མདའ་སྟེ། འཕེན་པའི་མདའ་ཡང་དེ་དང་འདྲའོ། བྱ་བ་མངགས་པ་མ་མངགས་ཏེ། སྦྱོག་པའི་
སྦྱན་དངགས་ད་དངགས་སོ། བྱ་བ་བཞོལ་བ་བ་བཞོལ་ལ། བྲོང་པའི་གཞོལ་མདའ་ག་གཞོལ་ལོ། རྩས་ཀྱི་སྦྱ་ཕྱི་ག་གཞོད་དེ། བཞོད་སྦྱ་ཆེ་བ་བཞོད་
དོ། རྒྱན་གྱི་འབྲུལ་བ་ད་འབྲུལ་ལ། ལམ་གྱི་འགྲུལ་ནི་ག་འགྲུལ་ལོ། ཟབ་པའི་གཏོར་ནི་ག་གཏོར་ཡིན། རྩེས་མའམ་རྒྱང་རྒྱང་ར་རྒྱང་ལ། ཀ་དན་སོགས་
བཏོང་བ་བ་བཏོང་རོ། སྦྱོན་པ་གཏོང་བ་ག་གཏོང་སྟེ། མེད་པའི་སྦྱང་པ་ས་སྦྱང་རོ། གྲང་བའི་བསིལ་གྱི་བ་བ་བསིལ་ཡིན། རྩམ་བྱར་བསིལ་བའད་དེ་
བཞིན་ལ། རྩིལ་བྱ་གསིལ་བ་ག་གསིལ་ལོ། བྲིང་གི་སྦྱང་པོ་ས་སྦྱང་ལ། སྦྱང་གོགས་སྦྱང་ཡང་དེ་འདྲ་སྟེ། བསྦྱངས་རྒྱར་བ་འཕུལ་ཡང་འཕུག་ཡོད། རོ་
གཏོང་གཏོང་འཕྲད་ག་གཏོང་རོ། ཞེས་འེམ་ཚད་ནི་མ་མཚད་དེ། ཟབ་པའི་འཚད་ནི་འ་འཚད་དོ། མངོན་སུམ་སྦྱང་བ་ས་སྦྱང་ཡིན། ཟས་ཀྱིས་བརྒྱང་ནི་བ་
ར་བརྒྱང། རྩས་ཀྱི་གནངས་ཉིན་ག་གནངས་ཏེ། ཀ་ཞན་ལ་སྦྱེར་བའད་ག་གནང་རོ། རྒྱམ་མཁའི་མཁའ་ནི་མ་མཁའ་ལ། ཁ་དོག་ཁ་མཆུ་ཁ་རྒྱུང་
སྟེ། འདབ་ཆགས་ཁ་ལ་མ་ཟུར་ཡོད། མང་བའི་རྒྱམས་ནི་ར་རྒྱམས་ལ། རྩས་ཀྱི་རྒྱམ་པར་ཡང་འཕུག་མེད། སང་སེམས་པར་ནི་སང་རྒྱུང་ལ། ཀ་ནམ་
འཕང་འཕང་ལོ་འ་འཕང་རོ། རྩག་ལྷའི་ཉོན་མོངས་མ་མོངས་ལ། བྱུན་མོང་མོང་ལ་ཡང་འཕུག་མེད། རྩི་མ་མནམ་པ་མ་མནམ་སྟེ། རྩག་ན་བསྐྱམས་
པ་བ་ས་བསྐྱམ་མོ། རྒྱམ་མཁའི་གནམ་ནི་ག་གནམ་ལ། གོས་ཀྱི་སྦྱམ་བྱ་ས་སྦྱམ་མོ། ཁོངས་པའི་སྦྱིང་ནི་ས་སྦྱིང་སྟེ། ཀྱས་ནས་བྲད་པ་ར་རྒྱིང་རོ། རན་
པའི་སྦྱ་ནི་ག་སྦྱ་ཡིན། རྩི་དགས་སྦྱ་བའད་དེ་དང་འདྲ། སོག་ཆགས་ཉ་ནི་ཉ་རྒྱུང་ལ། རྒྱང་པའི་ཉ་ལ་མ་ཟུར་ཡོད། རྒྱ་མེད་རྒྱ་མ་བ་རྒྱ་སྟེ། ཆོགས་མེད་
ལས་སྦྱ་ས་སྦྱ་ལ། བ་འོག་ར་བསྐྱར་རྒྱང་པའི་བསྐྱེལོ། རྩོད་ཀྱི་རྒྱངས་ནི་ར་རྒྱངས་ཡིན། རྒྱང་པོ་ཆེ་ནི་ག་རྒྱང་སྟེ། རྒྱང་དོར་རྒྱང་ནི་བ་རྒྱང་རོ། ཀ་ཙོད་པའི་
སྦྱེལ་སྦྱེལ་ལ། རྩི་ཡི་རྩེའུ་ར་རྩེའོ། གྲལ་ལ་བ་སྦྱིག་པ་ག་གྲལ་ཡིན། རྩལ་དོལ་རྩལ་བ་ད་རྩལ་ལ། སོ་སོར་གྱེས་པ་བ་བྲལ་ལོ། ཁོག་པའི་གྲོད་པ་ག་
གྲོད་ཡིན། ཆ་བའི་རྩོད་ནི་ད་རྩོད་ལ། དགའ་གྲོད་གྲོད་པ་བ་གྲོད་དོ། སོ་ཁ་སོ་སོ་རྒྱུང་ལ། སོ་ནམ་སོ་ཡང་དེ་དང་འདྲའོ། མཚན་ཆའི་གྲི་ནི་ག་གྲི་
ཡིན། སྦྱ་ཡི་ཡུལ་ནི་ད་རྩི་ལ། ཀ་ཏམ་སོགས་རྩི་བའད་དེ་དང་འདྲ། རྩུང་བྱ་སོང་བ་བ་བྱི་སྟེ། ཡི་གེ་བྲི་བའད་དེ་བཞིན་ནོ། རྩི་བའི་གྲངས་ནི་ག་གྲངས་

ཡིན། རེག་བྱ་གང་ལ་ཡང་འཇུག་མེད། ལྷན་བྲང་བྲང་པོ་དྲང་སྟེ། ། སྔ་བྲང་ལུས་བྲང་བ་བྲང་དོ། གྲོགས་དང་འགྲོགས་པ་ག་གྲོགས་ཏེ། ལྷག་ནས་
འབྲས་པ་ད་འདྲོག་གོ། ། ལྷོབས་ཤུགས་རྩལ་ནི་ར་རྩལ་ལ། བཀའ་སྤྱུལ་སྤུལ་བ་ས་སྤུལ་ཏེ། བ་འོག་ས་བསྤུལ་སྤུལ་ཉེ་བའོ། ལྷ་འབྲས་རྒྱ་ནི་ར་རྒྱ་
ཡིན། རྒྱ་ཐོལ་རྒྱ་མའང་དེ་བཞིན་ལ། གཡོ་སྤྱ་སྤྱ་མ་ས་སྤྱའོ། ལྷ་ར་བའི་སྤྱེན་ནི་ས་སྤྱེན་ལ། ལྷ་སྤྱེན་འཕལ་སྤྱེན་ར་སྤྱེན་འོ། ལུས་ཀྱི་ཞེ་ས་ས་སྤྱ་
ཡིན། མ་ཕྱིན་ལེན་རྒྱ་ར་རྒྱ་ལ། ལུས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་ད་དཀྱའོ། རྩམ་མཁའི་སྤྲར་མ་ས་སྤྲར་ཡིན། ལ་དོག་དཀར་བ་ད་དཀར་ཏེ། འོགས་སུ་བཀར་བ་བ་
བཀར་དོ། འཆོ་བྱེད་སྤྲན་ནི་ས་སྤྲན་ལ། རྒྱ་བའི་དམན་པ་ད་དམན་འོ། ར་བ་ར་མ་ར་རྒྱང་ལ། ། མགོ་ཡི་ར་ལ་མ་བྱར་ཡོད། རག་གི་ཞེ་ས་ག་གསུང་
སྟེ། རི་ངད་བསུང་བ་བ་བསུང་དོ། ལུས་ཀྱི་སྟེ་བ་ས་སྟེ་ལ། གཙང་མེའི་མེ་བ་ར་མེ་སྟེ། ཁོང་ཁོའི་དམེ་འབྲུག་ད་དམེའོ། འབྲུ་ཡི་གོ་ནི་ག་གོ་ཡིན། རྩོད་
ཀྱི་བྱོ་བ་དྲོ་སྟེ། རོ་བོ་བ་ནི་བ་བོའོ། འབིག་པའི་རྩང་ནི་ར་རྩང་ལ། ལྷ་ཡི་གཙང་པོ་ག་གཙང་སྟེ། ། གཙང་མའི་གཙང་ཡང་དེ་འདྲའོ། ར་ཆོད་གཞོན་
པ་ག་གཞོན་ཏེ། ལྷ་ཡི་བཞོན་པ་བ་བཞོན་འོ། མཛེས་པའི་མཆར་སྤྱག་མ་མཆར་ལ། ཆར་དུ་དངར་བ་ཆར་རྒྱང་སྟེ། ཁངས་ཀྱི་ཆར་ཡང་དེ་དང་འདྲའོ། །
གཡོ་བའི་རྒྱང་ནི་ར་རྒྱང་ལ། འབབས་པའི་རྒྱ་རྒྱང་ཀ་རྒྱང་དོ། གསུང་རབ་ལྷོག་པ་ཀ་ལྷོག་སྟེ། ལྷོག་འབྲུ་བ་ནི་ག་ལྷོག་གོ། འཛིགས་པའི་སྤྲག་པ་ས་སྤྲག་
ལ། བཀྲག་མདངས་འོད་ནི་བ་བཀྲག་གོ། བསང་གསོལ་བསང་དུད་བ་བསང་ལ། གསང་འོས་གསང་ཆོག་ག་གསང་དོ། གས་ཆག་ཉམས་ཆག་ཆག་རྒྱང་
ལ། འདོད་ཆགས་ཞེ་ཆགས་ཡང་འཇུག་ཡོད། བརྟལ་པོད་དཔའ་བ་ད་དཔའ་སྟེ། མཛེས་པའི་སྤྲ་བ་ས་སྤྲའོ། ལྷི་སྤྲན་བཙོན་ཁང་བ་བཙོན་ལ། ལྷོར་
བཙོན་བའོག་ར་བཙོན་འོ། མཆོད་པའི་རྟེན་ནི་ར་རྟེན་ཏེ། གྲོགས་བསྟེན་བའོག་ས་བསྟེན་འོ། རིགས་འབྲས་སྤྱོད་བ་ག་འབྲས་སྟེ། གཞོད་བྱེད་འབྲེ་ནི་ད་
འབྲེའོ། ལྷོ་གྲོགས་འོར་གྲོགས་ག་གྲོགས་ཏེ། ལྷོག་ཆགས་གྲོག་མར་ཡང་འཇུག་མེད། ལྷ་ར་བའི་དོག་ནི་དོག་གོ། རྒྱང་ལག་ཞེ་བ་ཞེ་རྒྱང་ལ། ལྷོན་
པའི་ཞེ་མར་མ་བྱར་ཡོད། ཆོན་ཀྱི་མཐིང་ནི་མ་མཐིང་སྟེ། ། རྒྱང་པ་འཐིང་བ་འ་འཐིང་དོ། རྩད་ཀྱི་རྩག་ནི་ར་རྩག་ལ། ལ་དོག་གཞག་པ་ག་གཞག་
གོ། ལུས་ཀྱི་རྩོ་ནི་ར་རྩོ་སྟེ། རྩག་བསྟོ་བའོག་ས་བསྟོའོ། ཞེ་སྤང་སྤང་སེམས་ས་སྤང་ལ། འཕར་ལྷང་ལྷར་ལྷང་ལ་ལྷང་སྟེ། ། ལ་གདངས་ག་གདངས་
ཡང་འཇུག་ཅན། རྩབས་ཀྱི་གདངས་ཡང་དེ་དང་འདྲའོ། ཁངས་ཀྱི་དགུ་ནི་ད་དགུ་ལ། ལྷོ་རྒྱ་ཡོད་རྒྱ་མཁོ་རྒྱ་སོགས། མང་བའི་རྒྱ་ནི་ར་
རྒྱའོ། རྩབས་པ་དབྱང་གནས་དབྱང་ད་བ་དབྱང། གཡུང་དབྱང་གཡུང་དུགས་ག་གཡུང་དོ། ས་རྩོའི་རྩོ་ནི་ར་རྩོ་སྟེ། རྩོ་རྩོའི་རྩོ་དེ་བཞིན་ལ། ཤུགས་
བདོ་བ་ནི་བ་བདོའོ། ཐབ་པའི་ལྷག་ནི་ལ་ལྷག་ལ། མཆོན་ཆའི་ལྷགས་ལ་ཡང་འཇུག་ཡོད། ཕྱི་ནང་བཅང་ཐལ་བཅང་རྒྱང་ལ། རིན་ཆེན་བཅངས་ལ་ཡང་འཇུག་
ཡོད། ཐུན་མོང་མོང་ནི་མོང་རྒྱང་ལ། ཉོན་མོངས་མོངས་ལ་ཡང་འཇུག་ཡོད། ཆོན་མདོག་ནག་ནི་ནག་རྒྱང་ལ། ཤིང་གི་ནགས་ལ་ཡང་འཇུག་ཡོད། ལྷུ་མ་
ཞག་ཉིན་ཞག་ཞག་རྒྱང་ལ། འཆིང་ཞགས་ཞགས་པར་ཡང་འཇུག་ཡོད། ། དེང་དུས་གནས་སྐབས་དེང་རྒྱང་ལ། ཕྱིར་དེངས་དེངས་ཤིག་ཡང་འཇུག་
ཡོད། མིང་བརྗོད་གང་ཡང་གང་རྒྱང་ལ། གངས་རིའི་གང་ལ་ཡང་འཇུག་ཡོད། ཤུག་སྤོང་ཤུག་པ་ཤུག་རྒྱང་ལ། ལྷོབས་རྩལ་ཤུགས་ལ་ཡང་འཇུག་
ཡོད། སེམས་ཅན་ལུག་ནི་ལུག་རྒྱང་ལ། ལུགས་སྤོང་རིང་ལུགས་ཡང་འཇུག་ཡོད། ། རྒྱང་ལག་ལག་པ་ལག་རྒྱང་ལ། ཞེ་སའི་ལགས་ལ་ཡང་འཇུག་

ཡོད། རབ་མཚོག་རབ་འབྱིང་རབ་རྒྱུ་སྟེ། ཆོ་རབས་སྒྲིམ་རབས་ཡང་འཇུག་ཡོད། ཟང་རག་རག་ལས་རག་རྒྱུ་ཡང། སྤ་རགས་རགས་ལ་ཡང་འཇུག་
ཡོད། ཆམ་ལ་ཕབ་པ་ཆམ་རྒྱུ་སྟེ། ཁ་འཆམ་པ་ནི་འ་འཆམ་ལ། རྫོས་གར་འཆམས་ལ་ཡང་འཇུག་ཡོད། ལུས་ཀྱི་པང་ནི་པང་རྒྱུ་ཡང། དཔང་འཇུག་
དཔང་པོ་ད་འཕུལ་ཅན། མཐོ་དམན་དཔངས་ལ་ཡང་འཇུག་ཡོད། པར་བྱ་པར་འདེབས་པར་རྒྱུ་ཡང། གནས་སྤར་གོང་སྤར་ས་སྤར་རོ། ། འཚོ་གཞེས་
སྤྱ་གཞེས་ག་གཞེས་ལ། བཞེས་པ་ཞལ་བཞེས་བ་བཞེས་སོ། ཐ་མ་ཐ་སྙད་ཐ་རྒྱུ་ཡང། ཐོག་མཐའ་མཐའ་ལས་མ་འཕུལ་ཅན་ནོ། དཀོན་མཚོག་དཀོར་
རྩས་ད་དཀོར་ཏེ། འཁོར་བསྐྱོར་བ་འོག་ས་བསྐྱོར་རོ། རྩོར་འཇལ་བ་ནི་འ་འཇལ་ལ། གོང་མ་མཇལ་བ་མ་མཇལ་ལོ། རྒྱལ་ས་བཀལ་བ་ར་བཀལ་
ཏེ། རྒྱུ་ཀྱི་སྒྲལ་པ་ས་སྒྲལ་ལོ། རི་ཡི་སྒྲང་ནི་ས་སྒྲང་ལ། རྩོད་དགང་དབུགས་དགང་ད་དགང་རོ། ཅ་བའི་ཅ་ནི་ར་ཅ་ཡིན། སྤྱུ་བྱ་རྩ་ལ་ཕ་བྱར་
ཡོད། སྤྱན་ལ་བཅའ་བ་བ་བཅའ་སྟེ། ལྷགས་ཀྱི་བཅའ་ཡང་དེ་དང་འདྲ། རོ་མཚར་མད་བྱུང་ར་མད་ལ། བསྟོད་སྟོད་སྟོད་ནི་ས་སྟོད་རོ། ས་བདག་སྤྱི་ནི་
ཀ་སྤྱི་ཡིན། སྤྱན་པའི་སྤྱ་དབྱངས་ག་སྤྱི་ལ། རིན་གྱིས་ཉོ་བ་བ་སྤྱི་སྟེ། གཞན་གྱིས་སྤྱི་བ་ས་སྤྱི་ལོ། རྒྱགས་ལ་བདགས་པ་བ་བདགས་ལ། བྱེ་མར་
བདགས་པ་འད་དེ་འདྲ་སྟེ། རྒྱུ་ཀྱི་ལྷག་པ་ལ་ལྷག་གོ། ལག་ཆག་དངས་པ་འགྲེང་བྱ་སྟེ། དཔའ་བའི་གདིང་ནི་གི་གྱའོ། འབེབས་པའི་ཕ་ནི་ཕ་རྒྱུ་
སྟེ། མགོ་ཡི་སྤྱ་ནི་ས་སྤྱི་ལ། བཀ་ཤིས་བཀ་ནི་བ་བཀ་ལོ། དེ་སོགས་མིང་ཆོག་སྤྱི་ཡི་གནད། ཞིབ་ཏུ་བརྟག་ན་མི་འདྲ་བས། འབྲུལ་པ་འབྲུང་བ་མི་སྤིང་
ཀྱང། རྩོངས་པ་ཕལ་ཆེར་གྱ་ཆོམ་དུ། རྩོར་བར་བྱིས་ཤིང་རྩོར་བར་བསྐྱག། འོག་པར་གོ་བས་དོན་འཇུག་སྤིང། དེས་ན་བད་དག་ལ་བརྟེན་ནས། མ་
ནོར་དོན་རྣམས་འཚོལ་བ་གཅེས། གང་དག་ཡི་གེ་འབྲི་བ་པོར། སྟོམས་གཙང་འགྲིག་གསུམ་ལྷན་པ་དང། ། ལེགས་མཁྱེགས་དག་གསུམ་དུག་ཆང་
ན། མཁས་པའི་གོ་ས་ཐོབ་པ་ཡིན། ཡིག་གཟུགས་ལེགས་པར་མ་སྦྱངས་ཤིང། བད་དག་ཞིབ་ཏུ་མ་བསྐྱབ་པར། འབྲི་དང་ཚུམ་པའི་ཁུར་ལེན་པ། རང་
སྟོན་གཞན་ལ་རོམས་པར་བཟད། སྤྱུ་རྟགས་ལ་སོགས་གཞུང་རྒྱ་ཆེའི། གནས་འཕང་མ་ཆོད་སྟོ་གསར་རྣམས། ། རང་ཆོད་ས་རྒྱ་བསྐྱོར་བ་ལ། དག་
ཡིག་བཞེན་པ་འདི་འདྲ་བཟད། དེ་ཕྱིར་ཐར་འདོད་རྣམས་ལྟ་ཅི། ། འཇིག་རྟེན་ལུགས་ལ་འཇུག་རྣམས་ཀྱང། རྒྱལ་འདི་སྤྱིང་གི་བདུད་ཅི་རྩ། རིས་པས་
ལེགས་པར་བསྟེན་འཚལ་ལོ། དེ་ལྟར་བད་དག་བསྟེན་བཅས་གཞུང། ལྷ་དུམ་ཕ་རའི་སྦྱིང་ཆལ་ལས། ཉེར་མཁོའི་དག་ཡིག་པད་དཀར་གྱི། རྒྱལ་པོ་
ཅུང་ཞིག་སྤངས་འདི་ནི། དཔལ་ལྷན་མི་དབང་བཤད་སྤྱི་བའི། བཀའ་ལུང་དོ་ཤལ་ཐོད་བཅིངས་ཏེ། རང་ལོ་ཉེར་དག་རྒྱ་རྒྱལ་ལོར། གཏེར་ལོག་མཁན་
རྩྭངས་དག་འཚལ་དུ། པད་བཀོད་སྟོགས་ལ་མང་བསྐྱས་ནས། འབྲི་སྟོག་བསྐྱབ་ཟླ་གསར་འཇུག་གི། དག་ཆན་སྤྱི་ལྷུ་ལེན་སྐབས། རྩོ་གོས་གསར་
པའི་བྱིས་རྣམས་ཀྱི། རྩ་བའི་རྒྱན་དུ་སྦྱབས་ཤིག་ཅེས། དོན་གཉེར་ཅན་འགས་བསྐལ་བ་བཞིན། གོ་བར་སྤྱི་ཞིང་འཇུག་བདེ་བར། འཇིགས་བྲལ་ལེ་
ཤེས་དོ་རྩེས་སྤྱར། བསོད་ནམས་ཉིན་མོར་བྱེད་པའི་འོད། འགྲོ་སྟོའི་པད་ཆལ་ལ་ཕོག་པས། ཤེས་རབ་འདབ་རྒྱ་ཡོངས་གྲོལ་ཏེ། རྣམ་གྲོལ་གོ་སར་
འཇུག་བྱེད་ཤོག། ། སྤྱི་བོ་ཇ་ཡུལ། སམ་དུ་མཆོད།